

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan tujuan dan temuan studi tentang gambaran kadar hemoglobin pada siswi Di SMP Negeri 1 Selemadeg, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden: pola menstruasi tidak normal 1 orang (2,8%), tidak patuh konsumsi TTD 26 orang (72,2%), dan IMT overweight 7 orang (19,4%).
2. Gambaran kadar hemoglobin rendah 2 orang (5,6%), normal 20 orang (55,6%) dan tinggi 14 orang (38,8%)
3. Sebagian mayoritas responden dengan kadar hemoglobin tinggi (14 orang, atau 38,9%) sedangkan kadar hemoglobin normal berada pada pola menstruasi tidak normal yaitu 1 orang (2,8%), responden dengan kadar hemoglobin tinggi berasal dari kelompok yang tidak mematuhi dalam mengonsumsi TTD yaitu sebanyak 11 orang (30,6%) dan responden dengan kadar hemoglobin tinggi berasal dari kelompok dengan imt normal yaitu sebanyak 10 orang (27,8%).

B. Saran

1. Remaja putri yang mencari informasi mengenai kadar hemoglobin dan anemia mungkin akan menemukan penelitian ini sebagai sumber informasi yang bermanfaat. Remaja putri dapat mengonsumsi tablet suplemen besi sesuai petunjuk, satu tablet per minggu, dan meningkatkan asupan besi melalui makanan untuk mencegah penurunan kadar hemoglobin.
2. Sekolah diharapkan untuk melaksanakan evaluasi secara rutin setiap tiga bulan sekali atau setiap semester untuk memastikan bahwa program pembagian dan konsumsi tablet tambah darah berjalan sesuai rencana termasuk pencatatan

kehadiran dan kepatuhan konsumsi oleh siswi. Selain itu, efektivitas kegiatan edukasi

3. Bagi peneliti yang akan datang apabila memilih topik penelitian yang mirip diharapkan untuk menambahkan variabel seperti pola makan dan aktivitas fisik dengan menerapkan metode sianmethemoglobin agar dapat lebih tepat menggambarkan kadar hemoglobin pada remaja putri.